



Speiseplan KITA „Wasserflöhe“



27. Woche - 29.06. - 03.07.2026

Montag

Tomaten-Hackfleisch-Bolognese mit
Gabelspaghetti (S)
Reibekäse (uw,aw,ae,am,bc)

Energie pro Portion: 2536 kJ, 603 kcal

Dienstag

Gebratene Fischfrikadelle aus dem
Seelachfilet mit Dill-Zitronen-Soße &
Erbsenreis (F)
Obst (uw,aw,ae,af,am,bc,bm)

Energie pro Portion: 2501 kJ, 598 kcal

Mittwoch

Gekochtes Ei in milder Senfsoße &
Salzkartoffeln (V)
Möhren-Apfel-Salat
(3,uw,aw,ae,am,bc,bm)

Energie pro Portion: 1279 kJ, 306 kcal

Donnerstag

Holländischer Blumenkohlentopf mit
Eierstich & Vollkornbrot (V)
Fruchtjoghurt (uw,aw,ae,am,bc)

Energie pro Portion: 1909 kJ, 455 kcal

Freitag

Bauernroulade mit Bratensoße, grüne
Bohnen & Salzkartoffeln (S)
(uw,aw,ae,am,bc,bm,au)

Energie pro Portion: 1755 kJ, 421 kcal

Wir kochen mit jodiertem Speisesalz. Obst und Gemüse beziehen wir vorrangig von unseren regionalen Lieferanten.

Zusatzstoffe: 1 = mit Farbstoff, 2 = mit Konservierungsstoff, 3 = mit Antioxidationsmittel, 4 = mit Geschmacksverstärker, 5 = mit einer Zuckerart und Süßungsmittel(n), 7 = mit Phosphat, 8 = gewachst, 15 = mit Nitritpökelsalz, 23 = mit Knoblauch

Allergene: aw = enth. glutenhaltiges Getreide* (Überbegriff), uw = enth. Weizen*, nr = enth. Roggen*, gb = enth. Gerste*, go = enth. Hafer*, gs = enth. Dinkel*, gk = enth. Kamut*, ax = enth. Hybridstämme*, ac = enth. Krebstiere*, ae = enth. Eier*, af = enth. Fische*, ap = enth. Erdnüsse*, ay = enth. Sojabohnen*, am = enth. Milch*, an = enth. Schalenfrüchte* (Überbegriff), sa = enth. Mandeln*, sh = enth. Haselnüsse*, sw = enth. Walnüsse*, sc = enth. Kaschunüsse*, sp = enth. Pecannüsse*, sr = enth. Paranüsse*, st = enth. Pistazien*, sm = enth. Macadamianüsse*, sq = enth. Queenslandnüsse*, bc = enth. Sellerie*, bm = enth. Senf*, as = enth. Sesam*, au = enth. Schwefeldioxid/Sulfite, nl = enth. Lupinen*, um = enth. Weichtiere* | *und daraus gewonnene Erzeugnisse